

이슬람 문고 시리즈 ④

# 라마단과 단식

RAMADAN & FASTING



한국 이슬람교 중앙회  
KOREA MUSLIM FEDERATION

이슬람 문고 시리즈 ④

# 라마단과 단식

RAMADAN & FASTING

## 차례

단식의 의미	5
무슬림은 왜 단식을 하는가?	6
라마단 달의 단식은 언제부터 무슬림에게 의무화되었는가?	7
라마단 달의 중요성은 무엇인가?	7
단식은 이전의 백성들에게도 의무화되었는가?	8
단식은 언제부터 시작되며 그 기간은 얼마나 되는가?	9
단식을 위한 의도의 중요성	9
단식은 단지 음식을 섭취하지 않는 것인가?	10
단식을 함으로써 얻을 수 있는 이득은 무엇인가?	11
라마단은 꾸란의 달	15
라마단은 희사의 달	16
싸후르(Sahoor)와 이프따르(Iftar)	17
라마단 달의 특별한 밤 예배 '타라위흐(Tarawih) 예배'	19
단식은 모든 무슬림에게 의무인가?	20
단식이 면제되는 경우	21
단식을 깨뜨려도 무효가 되지 않는 경우	22
단식을 깨뜨리면 무효가 되는 경우	24
자카트 피뜨르(Zakatul-Fitr)	24
이돌 피뜨르(Edul-Fitr)	25
라마단을 지내고 나서	27
라마단 용어 사전	28
이슬람 성원 연락처 안내	31

---

## 단식의 의미

---

‘씨얌(Siyam)’이란 아랍어로 단식을 뜻하며, 그 본래의 의미는 ‘절제하다’이다.

단식은 배고픔을 통한 자기 수련의 한 과정이다. 단식은 하나님을 공경함과 동시에 그분에 대한 순종을 실천으로 증명하는 것이다. 단식은 의식적으로 육체적인 욕구를 억제하여 신앙심을 더욱 강하게 하는 것이다. 또한 단식은 모든 죄와 잘못으로부터 구원을 얻을 수 있으므로



자신을 정화하는 수단이기도 하다. 단식은 정신을 일깨우고 인내를 가르치며 오만함을 없애고 희사를 촉구하게 만든다. 이러한 이유로, 단식은 단지 어느 기간 동안 먹고 마시기를 삼가는 것뿐만 아니라 면죄와 용서, 형제(자매)애와 동정심 고취의 기회가 되기도 한다.

아부 후라이라(하나님께서 그를 받아주시기를)가 전하는 하디스에 의하면 예언자 무함마드(그분에게 평화가 깃들기를)께서 말씀하시기를,

“단식은 단지 먹고 마시기를 삼가는 것만이 아니라, 무의미

하고 음탕하며 헛된 담화를 삼가는 것이기도 하다. 만일 누군가가 당신의 감정을 건드리거나 당신을 모욕함으로써 화나게 한다면, 당신은 ‘저는 단식 중입니다, 저는 단식 중입니다’라고 말해야 하느니라.”

(부카리가 전함)

단식은 인내심과 자제심을 기르는 수행방법이다. 왜냐하면 훌륭하고 고귀한 행위는 오직 그러한 품성을 통해서 성취될 수 있기 때문이다. 하나님께 복종하는 종복과 거역하는 자를 구별하여 주는 것은 하나님의 명령에 따르고 금기사항을 지키는 인내심에 있다.

---

## 무슬림은 왜 단식을 하는가?

---

라마단 달에 행해지는 단식은 무슬림들이 꼭 지켜야 하는 이슬람 신앙과 실천의 다섯 기둥 중의 하나이자 꾸란에서 명한 의무행위이다. 무슬림이 단식을 행하는 이유는 육체적, 정신적 또는 세속적인 이득을 얻기 위해서가 아니라 하나님의 명령을 준수함으로써 그분의 기쁨을 사고자 하는데 있다.



---

## 라마단 달의 단식은 언제부터 무슬림에게 의무화되었는가?

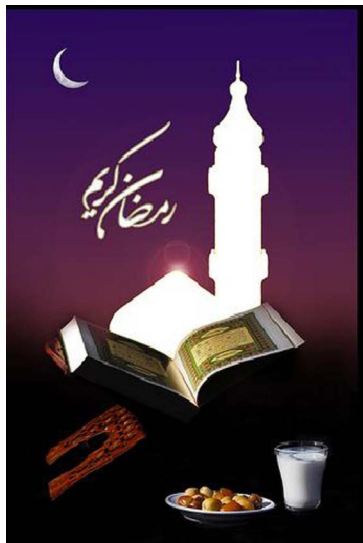
---

하나님께서 예언자 무함마드(그분에게 평화가 깃들기를)에게 계시하신 꾸란은 서기 610년 라마단 달에 계시되었지만 라마단 달의 단식은 서기 624년(히즈라 2년)까지 무슬림에게 의무화되지 않았다. 그 후 성꾸란 2장 183-185절이 계시된 후 의무화되었다.

---

## 라마단 달의 중요성은 무엇인가?

---



이슬람력으로 9월인 라마단 달은 이슬람에서 가장 중요하고 성스러운 달이다. 왜냐하면 인류가 라마단 달에 이슬람을 알게 되었기 때문이다. 예언자 무함마드(그분에게 평화가 깃들기를)가 40세 되던 해의 라마단 달에 ‘누르(Nur)’ 산의 언덕에 있는 ‘히라(Hira)’ 동굴에서 하나님의 첫 계시를 받았다. 즉 인류는 라마단 달에 성꾸란의 첫 계시를 받았고 마침내 하나

님을 향한 올바른 길을 알 수 있게 되었다. 이에 대해 하나님께서 성꾸란에 다음과 같이 말씀하신다.

“인류를 위한 인도와 옳고 그름의 분명한 기준으로써 라마단 달에 꾸란이 계시되었나니 너희들 중 누군가 그 달을 맞이했다면 단식을 하라...”

{성꾸란 2장(바까라) 185절}

---

## 단식은 이전의 백성들에게도 의무화되었는가?

---

“오, 믿는 이들이여! 너희 선조들에게 명했듯이 너희들에게도 단식을 명하노라. 그러면 너희들은 자제심을 익히게 될 것이니라.”

{성꾸란 2장(바까라) 183절}

이 절에 의하면 단식은 이슬람이 세상에 전파되기 전에도 이전의 예언자들로부터 행해져왔음을 알 수 있다. 모든 예언자들은 스스로 단식을 행하셨을 뿐만 아니라 자신의 민족들에게도 단식을 의무화하였다. 예를 들면 예언자 노아(평화가 깃들기를)는 종교적인 축제날을 제외한 다른 날들에 단식하곤 하였다. 예언자 다윗(평화가 깃들기를)은 일생동안 격일로 단식을 행했다. 예언자 모세(평화가 깃들기를)와 예수(평화가 깃들기를)도 40일 동안 지속적으로 단식하였다.

---

## 단식은 언제부터 시작되며 그 기간은 얼마나 되는가?

---

이슬람력은 순수 태음력(이슬람력의 1년은 355일이기 때문에 해마다 10일씩 앞당겨짐)이므로 태양력을 기준으로 본다면 단식을 하는 라마단 달은 1년 중 어느 계절이나 될 수 있다. 단식 기간은 이



슬람력 아홉 번째 달인 라마단 한 달 동안 근행되며 초승달이 나타났을 때부터 시작된다. 매일 새벽 해가 뜨기 전 미명의 새벽부터 일몰 때까지 약 30일동안 단식한다.

---

## 단식을 위한 의도의 중요성

---

의도는 단식뿐만 아니라 모든 경배행위의 근본이다. 예언자 무함마드(그분에게 평화와 깃들기를)는 “진실로 모든 일은 의도에 의해 결정되느니라.”(부카리가 전함)라고 말씀하셨다. 의도는 전능하신 하나님을 위한 의식을 수행함에 있어서 마음의 준비를 하는 것으로서 하나님과 대등한 어떤 것을 두지 않고 오직 하나님만을 향한 순수하고 참된 헌신적인 행위를 말한다.



의도는 하나님의 명령에 대한 복종과 하나님의 법(샤리아)을 실천함에 있어서 라마단 달 동안 내내 단식하겠다는 결심을 한 후에 행해진다. 의도는 라마단 달 동안 매일 단식을 할 것이라는 뜻으로 새벽 예배 전에 행해진다.

단식의 의도를 할 때는 “저는 라마단 달을 맞이하여 오늘 단식을 행할 것을 의도합니다.”라고 말한다.

---

## 단식은 단지 음식을 섭취하지 않는 것인가?

---

아니다. 단식은 음식을 먹지 않는 것뿐만 아니라 험담을 하거나 거짓말을 하거나 속이거나 이자에 관여하는 것(고리대금 행위)과 함께 무슬림에게 금지된 모든 것을 행하는 것으로부터 스스로를 멀리하는 것을 포함한다. 예언자 무함마다(그분에게 평화가 깃들기를)께서는 다음과 같이 말씀하셨다:



“단식을 하는 사람들 중에는 허기와 갈증 이외에 아무 것도 찾지 못하는 자들이 있다.”

(이븐 마자가 전함)

따라서 단식 중에는 욕설과 증상모략, 남의 마음을 아프게 하는 말들, 불필요한 말이나 나쁜 말을 금하고 음란한 행위나 음탕한 일에 눈길을 보내는 행위 또한 금해야 한다.

---

## 단식을 함으로써 얻을 수 있는 이득은 무엇인가?

---

단식을 함으로써 우리가 얻는 이득은 헤아릴 수 없이 많다. 우선 단식의 의학적 이득에 대해 살펴보자. 소화를 담당하는 위는 단식으로 인해 쉴 수 있게 되고 그로 인해 우리의 몸은 정화가 될 뿐만 아니라 위에서 발생할 수 있는 질병들을 예방해준다.

단식은 또한 지방질을 감소시켜 몸을 가볍게 만들어주며 정신은 맑게 해준다.

물론 무슬림들은 의학적 이득을 위해 단식을 근행하는 것이 아니다. 무슬림이 단식을 하는 이유는 하나님께서 성꾸란에 단식을 행하도록 명하셨기 때문이다. 단식의 의학적 이득은 단식의 결과이다.

단식은 종교상의 이유가 아닌 경우, 체중조절을 위해서 또는 질병의 예방과 치유와 같은 의학적인 목적을 위해 처방되어지기도 한다. 하지만 이러한 단식은 이슬람의 단식과 다르게 영



양실조나 부적절한 칼로리 섭취 등과 같은 많은 역작용을 유발할 수 있다. 라마단 동안에 무슬림은 새벽예배 전까지 식사를 하고 해가 질 때까지

아무 것도 먹지 않는다. 그러므로 일반적인 단식과는 다르게, 라마단 달 동안에 무슬림들의 칼로리 섭취량은 정상적인 요구 수준이거나 그보다 약간 낮다.

약 10시간이 넘는 시간 동안 물을 마시지 않는 것은 인체에 전혀 해롭지 않다. 사실 물을 마시지 않으면 신체 내의 모든 체액이 농축되어 경미한 탈수(脫水)를 초래하게 되는데 우리의 몸은 스스로 물을 저장하는 구조를 가지고 있다. 실제로 경미한 탈수와 수분 저장은 적어도 식물의 경우에 수명 연장의 효과가 있는 것으로 보고되고 있다.

단식의 생리학적 효과로는 혈당 감소, 콜레스테롤 수치 저하, 심장 혈압 저하 등이 있다. 사실상 라마단의 단식은 경증에서 중증의 안정성 비인슐린 당뇨병 환자나 비만 환자, 그리고 특발성 고혈압 환자에게 이상적인 치료법이다.

그렇다면 단식을 통해 우리가 얻게 되는 정신적인 이득에는 무엇이 있을까? 우선 라마단 기간 동안 단식을 근행하는 자는 마음에 평화와 안정을 찾을 수 있다. 그것은 하나님의 명령에 복종하는 사람만이 느낄 수 있는 마음의 평화와 안정이다. 다

른 모든 숭배행위는 스스로를 위한 것이지만 단식만은 하나님을 위한 것이다.

“인간은 단식을 제외한 모든 일을 자신을 위해 하느니라. 그러나 단식은 하나님을 위해서 수행하는 것이므로 그에 대한 보상은 하나님이 하시느니라.”

(부카리와 무슬림이 전함)

단식은 하나님의 말씀을 실천하기 위한 자기훈련이다. 가장 위대한 투쟁은 ‘자기 자신과의 투쟁’임을 예언자(그분에게 평화가 깃들기를)께서는 말씀하셨다.

“‘작은 투쟁(지하드)에서 가장 위대한 투쟁으로 돌입하는 것을 환영하느니라.’ 이 말씀을 들은 사람이 가장 위대한 투쟁의 의미가 무엇인지를 묻자, ‘자기 자신과 투쟁’이라고 말씀하셨다.”

(알-바이하기가 전함)

단식은 현세의 화려함에 현혹되지 않고 내세를 위해 자신을 훈련하기 위한 최고의 방법이다. 오직 ‘자기 자신과의 투쟁’에서 이길 때만이 우리는 더 높은 신앙의 단계로 오를 수 있다. 즉 단식은 신앙인들에게 이러한 기회를 제공하는 것이다.



단식은 무슬림이 지속적으로 하나님을 인식하게 하는 수단이며 사탄의 유혹에 대항하여 자신을 보호할 수 있도록 도와준다.

단식 기간 중 무슬림들은 함께 단식하며 이프따르(단식을 깨뜨리고 먹는 저녁 식사)를 하고 타라위흐 예배를 근행함으로써 인해 무슬림간의 형제(자매)애는 더욱 강화되며 서로를 이해하고 사랑하는 기회를 갖게 된다. 단식을 행하는 무슬림들은 화를 표출하는 것이 단식의 축복을 앗아가며 단식을 무효화시킬 수도 있음을 잘 알기 때문에 단식기간 중 서로에 대해 배려하고 인내하는 마음은 더욱 강해진다. 이것은 곧 무슬림 움마(Ummah; 공동체)를 더욱 강력하게 결속하는 결과를 낳는 것이다.

현세에서 인간은 갑작스러운 고난과 시련을 당하며 어려움을 경험하게 된다. 매년 단식을 행하는 사람은 이러한 고난과 시련이 찾아왔을 때 그것을 견디고 긍정적으로 극복할 수 있는 힘을 기르며, 하나님께 의지하며 인내할 수 있게 된다.

단식을 통하여 우리는 가장 기본적인 욕구인 배고픔과 갈증을 경험하여 인간이 얼마나 허약한 존재인지 깨닫게 되며 하나님의 위대하심을 느끼고 그분께 복종하고 의지해야 된다는 것을 알게 된다. 또한 지금 이 시각에도 배고픔에 허덕이고 죽어가는 이들에 대해 생각하고 그들을 도우려는 마음을 갖도록 한다. 더불어 하나님께서 주시는 매일 매일의 양식이 얼마나 소중한 것인지 깨닫게 된다.

---

## 라마단은 꾸란의 달

---



라마단 달은 꾸란과 특별한 관계를 갖는다. 왜냐하면 라마단 달에 하나님의 말씀이 계시되기 시작했기 때문이다. 하나님께서 성꾸란에 말씀하시기를,

“인류를 위한 인도와 옳고 그름의 분명한 기준으로써 라마단 달에 꾸란이 계시되었나니 너희들 중 누군가 그 달을 맞이했다면 단식을 하라...”

{성꾸란 2장(바카라) 185절}

따라서 무슬림은 라마단 달 동안 꾸란을 더욱 많이 암송하고 꾸란이 인류에게 얼마나 큰 축복인지를 체험한다.

하나님께서 예언자 무함마드(그분에게 평화와 깃들기를)께 최초로 성꾸란을 계시하신 밤은 라일라툴 까드르(Laylatul Qadr; 권능의 밤)”라고 불린다. 꾸란에서는 이 밤을 “천 개월보다 더 좋다”라고 규정하고 있다. 하나님께서 성꾸란에 말씀하시기를,

“진실로 하나님은 권능의 밤에 계시를 내렸나니 권능의 밤이 무엇인지 무엇이 그대에게 설명하여 주리요. 권능의 이 밤은 천개월보다 더 나은 밤이니라.”

{성꾸란 97장(까드르) 1-3절}

하나님께서서는 이 밤의 위상을 높이 두시고 이 달의 보상을 크게 하셨다. 이 달의 축복과 은혜는 다른 일천 달(83년) 동안 받는 것과 같다고 하셨다. 이 밤은 라마단 달 마지막 열흘 밤 가운데 홀수 날들에 있다. 따라서 무슬림들은 축복 받은 이 밤에 더 많이 예배드리고 기도하며 꾸란을 읽는다.

---

## 라마단은 희사의 달

---

라마단은 희사의 달이기  
에 가난하고 도움이 필요한  
이들을 돕는 달이기도 하다.  
무슬림은 단식을 통해 배고  
픔이 실제로 어떤 것인지 직  
접 경험하게 되어 자신보다  
더 불행한 사람이나 가난한  
사람에게 더욱 더 연민의 정  
을 느끼게 된다. 이러한 사  
실 때문에 무슬림은 라마단  
기간 동안에 더욱 관대해지  
며 곤경에 빠진 사람들을 도와야겠다는 생각을 가지게 된다.  
예언자 무함마다(그분에게 평화와 깃들기를)께서 말씀하시기를,



“가장 축복받은 희사는 라마단 달의 희사이니라.”

(티르미지가 전함)

---

## 싸후르(Sahoor)와 이프파르(Iftar)

---

순나(예언자 무함마드(그분에게 평화와 깃들기를)의 가르침)에 의하면 싸후르(새벽 예배 전에 먹는 식사)는 가능한 한 늦추어 먹고 이프파르(단식을 깨뜨리고 먹는 저녁 식사)는 가능한 한 빨리 먹는 것이 바람직하다.

예언자 무함마드(그분에게 평화와 깃들기를)께서는 싸후르와 이프파르에 대하여 다음과 같이 말씀하셨다.

“나의 백성들은 “싸후르”를 늦추고 “이프파르”를 가능한 한 빨리 하기 때문에 단식을 하면서 항상 건강한 상태를 유지할 수 있느니라.”

(무스나드, 이맘 아흐마드가 전함)

“싸후르를 하라, 그 음식에 축복이 있느니라.”

(부카리와 무슬림이 전함)

“우리의 단식과 성서의 백성들(유대교인들과 기독교인들)이 하는 단식의 차이는 우리가 “싸후르”를 하는 것에 있느니라.”

(무슬림이 전함)

단식을 근행한 사람에게 이프파르 음식을 제공하는 사람은 그(그녀)의 잘못을 용서받고 지옥으로부터 보호되며, 하나도 부족함이 없는 보상을 받게 된다. 예언자(그분에게 평화와 깃들기를)께 누군가 이런 질문을 하였다.





“오, 예언자시여! 저희 중에는 단식하는 사람에게 이프파르 음식을 대접할 능력이 있는 자가 없습니다.’ 이 말은 듣고 난 예언자께서 다음과 같이 대답하셨다. ‘단식하는 사람에게 이프파르 음식으로 대추야자 열매 하나, 또는 물 한 모금 또는 우유 한 모금이라도 대접하는 자가 있다면 하나님은 그에게 이 달(라마단)의 초순에는 자비를, 중순에는 관용을 그리고 말에는 지옥으로부터 그를 보호하는 은혜를 베풀 것이니라.’”

(사히흐, 이븐 쿠자이마가 전함)



이프파르를 할 때는 처음에 대추야자 또는 물 또는 물이 없을 때는 허용된 음식(할랄)이나 음료수로 하는 것이 바람직하다.



## 라마단 달의 특별한 밤 예배 ‘타라위흐(Tarawih) 예배’

라마단 기간 동안에는 다섯 번의 의무 예배 외에도 “타라위흐(Tarawih)”라고 불리는 라마단 밤에 행해지는 특별한 예배가 있다. 이 예배는 이샤(밤) 예배 후에 근행한다. 예언자(그분에게 평화와 깃들기를)께서는 그분의 교우들과 함께 성원에서 타라위흐 예배를 몇 차례 근행하셨지만 이후에 무슬림들이 타라위흐 예배를 의무예배처럼 생각할 수 있다는 우려에서 이 예배를 집단으로 근행하는 것을 금하셨고 집에서 개인적으로 근행하도록 하셨다. 그러나 이후에 타라위흐 예배는 두 번째 칼리파 우마르 븐 카뎡 때에 합의(이즈마아)에 의해서 성원에서 집단으로 근행하게 되었으며 오늘날까지 이 전통은 이어지고 있다.

이 라마단의 특별 예배에서 무슬림들은 오직 하나님만을 경배하며 오직 그분께만 용서와 도움을 요청하는 내용의 기도를 드리면서 하나님을 찬양한다. 라마단에 드리는 특별 예배의 목적은 무슬림들의 마음이 하나님의 사랑으로 충만케 되어 하나님을 찬양하며 인간의 미약함과 부족함을 깨닫고 자비로우신 주님께 엎드려 용서를 빌면서 그분께서 내려주신 은총에

감사드리며 현세와 내세에서의 평화를 겸허하게 간구하기 위한 것이다. 따라서 타라위흐 예배를 진실한 마음으로 근행하고 이에 대한 보상을 오직 한 분이신 하나님께 요청한다면 우리가 이전에 저질렀던 죄들이 용서될 것이다.

---

## 단식은 모든 무슬림에게 의무인가?

---

단식은 성숙기에 도달한, 정신이 온전하고, 단식이 가능하며, 한 곳에 거주하면서 합법적으로 단식을 면할 구실을 갖지 않는 모든 무슬림에게 의무이다. 비무슬림은 단식을 할 의무가 없다. 그가 이슬람을 받아들인다면 무슬림이 되기 전에 하지 못한 단식을 보충할 필요는 없지만, 입교(개종) 이후에는 그 때부터는 단식을 해야 할 의무가 있다. 이것에 대한 증거는 다음의 꾸란 말씀에서 찾아볼 수 있다.



**“불신자들에게 말하라 그들이 믿는다면 그들의 과거가 용서되리라.”**

{성꾸란 8장(안팔) 38절}

성숙기에 도달하지 않은 어린 소년이나 소녀는 단식을 해야 할 의무가 없다. 그러나 성숙기에 도달하지 않은 아이들일지라도 그들이 단식의 중요성을 이해하고 단식을 하는 것이 유익하다고 생각한다면 단식을 하는 것이 바람직하다.

---

## 단식이 면제되는 경우

---

다음의 무슬림에게는 단식이 면제된다.

1. 단식을 함으로써 병이 더 위중해질 수 있다고 판단되는 환자. 그러나 그(그녀)의 병 상태는 의사에 의해 진단 확인되어야만 한다. 병으로 인하여 단식을 거행할 수 없을 경우 가능한 한 라마단 기간 동안 가난한 사람을 먹여야 한다.
2. 나이가 많아 단식할 수 없는 사람.
3. 여행 중이어서 한 곳에 머무를 수 없는 사람. 그러나 여행 중 일정 기간 이상을 한 곳에 거주하는 사람은 제외된다.
4. 생리 중이거나 산욕기에 있는 여성. 그러나 정상 상태가 되면 빠뜨린 단식 날 만큼 보충해야 한다.
5. 임신 중이거나 젖을 먹이는 산모. 나중에 빠뜨린 단식 일수 만큼 보충해야 하며 가능하다면 빠뜨린 일수만큼 가난한 한 사람을 먹여야만 한다.
6. 단식 중에 단식으로 인하여 통제할 수 없을 만큼 갈증과 배고픔을 느끼는 사람은 단식을 깨뜨릴 수 있다.
7. 정신이 올바르지 않는 정신 이상자나 기억을 상실한 사람.



“다음 세 종류의 사람들에게는 기록이 보류되느니라. 잠들어 있는 사람, 미성년 자, 그리고 정신이상자이니라.”

(무스나드, 이맘 아흐마드가 전함)

정신이상자가 상태가 좋아져서 제정신으로 돌아왔거나 어린이가 단식을 할 수 있는 성인이 되었을 때 이전에 하지 못한 단식들을 보충할 필요는 없다. 기억을 상실했던 사람이 기억을 되찾으면 그 날부터 단식을 해야 한다. 하지만 기억상실로 인해 놓친 단식들을 보충할 필요는 없다.

근행하지 못한 단식을 보충하는 일은 정당한 이유 없이 다음 라마단까지 늦추어서는 안 된다. 만일 이유 없이 늦추는 경우에는 보충과 함께 보상의 뜻으로 단식을 놓친 날만큼 가난한 사람에게 음식을 제공해야 한다.

---

## 단식을 깨뜨려도 무효가 되지 않는 경우

---

단식 중인 사람이 깜박 잊어버리고 무의식중에 음식을 먹거나 음료를 마신 경우, 그의 단식은 무효가 되지 않는다. 하나님께서 다음과 같이 말씀하셨기 때문이다.

“너희가 실수를 한 것은 죄가 아니니, 너희에게 비난이 따르지 않느니라. 보다 중요한 것은 너희 마음의 의도니라.”

(성꾸란 33장(아흐잡) 5절)

하나님의 예언자(그분에게 평화와 깃들기를)께서는 말씀하시기를,

**“나의 백성들에게는 실수나 망각, 그리고 강요로 인해 범한 잘못에 대한 처벌은 없느니라.”**

(꾸줄-아으말 (알-부르한) 제4권 233쪽에 전함)

위 하나님의 말씀과 하디스에 따라 단식하는 사람이 “싸후르” 및 “이프파르” 시간을 잘못 알고 단식을 깨뜨리게 되는 경우에는 그의 단식이 무효화되지 않는다.

단식을 깨뜨렸으나 무효가 되지 않는 경우는 다음과 같다.

1. 자신이 단식하고 있다는 것을 기억하지 못하고 먹거나 마신 사람의 단식
2. 해가 저물었다고 생각하였거나 또는 새벽이 아직 오지 않았다고 생각하여 먹거나 마신 사람의 단식
3. 양치질을 할 때 의도하지 않게 목구멍에 물이 닿았을 때
4. 취침 중 몽정을 한 경우 (잠에서 깬 후 목욕(구슬)을 해야 함)
5. 물로 세수 또는 샤워 하는 것
6. 입술이 말랐을 경우 입술을 적시거나 물을 사용하여 입 안을 행구어 내는 것 (단, 물을 삼키면 안 됨)
7. 피가 나는 상처에 약물을 사용하는 것
8. 귀에 약을 투여하는 것



---

## 단식을 깨뜨리면 무효가 되는 경우

---

1. 흡연처럼 입안과 뱃속에 영향을 주는 것
2. 영양 공급 수단으로서의 정맥 주사
3. 성 행위 (만일 단식하는 사람이 그의 아내와 성 행위를 했다면, 그의 단식은 무효가 된다. 그러나 속죄의 의미로 두 달 동안 계속 단식을 하거나 이를 이행할 수 없을 정도로 건강이 좋지 않을 경우 60 명의 가난한 사람들에게 식사를 제공한다면 그 잘못을 대신할 수 있다.)
4. 어떠한 수단에 의해서건 의도적으로 사정을 한 경우
5. 생리와 출산
6. 의도적으로 피를 흘리게 하는 경우 (그러나 외과적 행위 없이 부상으로 인하여 치아나 코, 입에서 피가 나는 경우에는 단식이 무효가 되지 않는다.)

---

## 자카툴 피프르(Zakatul-Fitr)

---

무슬림들은 라마단 단식을 거행하면서 이틀 피프르 예배 전까지 반드시 “자카툴 피프르”라고 하는 특별희사를 해야 한다. 자카툴 피프르는 라마단이 끝날 때 내는 희사로서, 우리가 알고 있는 이슬람의 신앙과 실천의 다섯 가지 기둥의 ‘희사’와는 다르다.

“자카툴 피프르”는 단식한 사람의 결함과 부족함을 대체하

는데 그 의의가 있다. 또한 단식하는 사람의 불순한 언행을 정화시켜주는 역할을 한다. 자카트 피뜨르에 관한 하디스는 다음과 같다.

이븐 압바스는 “하나님의 예언자(그분에게 평화가 깃들기를)께서 자카트 피뜨르를 의무사항으로 지정하셨으며 그것은 단식기간 중 불필요한 이야기와 불경한 언어로부터 단식하는 자를 정화하고 가난한 자에게 음식을 제공하기 위함이다.”(아부 다우드가 전함)라고 전하고 있다.

자카트 피뜨르는 자기 자신은 물론 아내를 비롯하여 자신이 부양하고 있는 모든 사람들의 몫까지 내야 하는데 그 양(量)은 거주하고 있는 나라의 보통사람들이 먹는 양식으로 대략 식사한 끼에 해당하는 금액으로 보면 된다.

---

## 이들 피뜨르(Edul-Fitr)

---



이슬람력의 10번째 달의 첫째 날을 ‘이들 피뜨르’라고 한다. 전 세계 모든 무슬림들이 함께 축하하고 기뻐하는 날이다. 이들 피뜨르는 무슬림들이 충실하게 단식을 지킨 결과로써 전능하신 하나님에게서 약속하신 위대한 보상이 단식을 행한 모든 무슬림들에게 주어





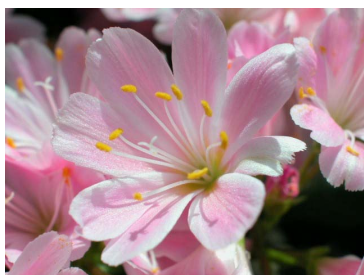
지는 은총과 축복의 날이다. 라마단이 끝날 무렵 무슬림은 하나님께 축복의 달 동안 단식을 온전히 이행할 수 있도록 해주시고 일용한 양식을 베풀어주신 하나님에 대한 감사를 표시한다. 그러므로 이틀 피뜨르는 기쁨의 날, 경배의 날, 그리고 협동, 결속, 형제애, 조화, 영혼의 풍요로움에 대하여 하나님께 감사드리는 날이다. 하나님께서는 라마단 기간 동안 우리를 시험하신다. 그렇기 때문에 라마단의 마지막에는 전능하신 하나님께 더 가까이 다가가는 성취의 크나큰 의미가 있다. 그것은 영혼의 충만한 기쁨이다. 그것은 진정한 행복과 기쁨의 날이다.

그러나 “이틀 피뜨르”는 단순히 축하와 기쁨의 시간만은 아니다. 그것은 또한 우리 주변 사람들과 즐거움을 함께 하는 기회이며 비무슬림과도 함께 공유할 수 있는 이유이기도 하다.

---

## 라마단을 지내고 나서

---



라마단을 지내고 나면 무슬림들은 하나님의 뜻에 따라 살아야겠다는 생각을 재차 다짐하게 된다. 흔히들 사람들은 라마단을 단순히 “단식을 하는 달”로만 이해

하고 있지만 라마단을 그 이상의 무엇이라는 것을 명백하게 알아야만 한다. 라마단 달은 단식의 달일 뿐만 아니라 성꾸란의 달이기도 하고 예배의 달이기도 하며 희사의 달임과 동시에 가족간의 유대관계를 공고히 하는 달이기도 하다. 결론을 짓자면 경배행위는 그것이 단식이든 예배이든 또는 희사이든간에 그 의도하는 바는 순수해야만 한다는 것이다. 다시 말해서 그 동기는 온전하게 전능하신 하나님을 기쁘게 해 드려야만 하는 것이고 오직 그분만을 기쁘게 해 드려야 한다는 것이다. 의도하는 바가 진실하고 순수해야 한다는 것은 하나님께 대한 믿음과 그분을 향한 사랑 그리고 그분의 은총과 그분의 분노에 대한 두려움에 바탕을 둔 행동을 해야 한다는 것을 의미한다. 만일 올바르게만 행동한다면 라마단 달은 무슬림들이 모든 면에서 전능하신 하나님을 향한 그들의 정신 자세를 정화시키고 그분께 더욱 가까이 갈 수 있도록 할 것이다.

## 라마단 용어 사전

---

**꾸란(Qur'an)** : 꾸란은 순수한 하나님의 계시 말씀이 담긴 이슬람 경전으로 하나님께서는 가브리엘 천사를 통해 예언자 무함마드(그분에게 평화가 깃들기를)에게 계시하여 최종적으로 완성시킨 하나님의 성서이다.

**타라위흐(Tarawih)** : 라마단 기간중에 근행하는 특별예배로 이샤(밤) 예배직후, 위뜨르 예배 전에 근행한다.

**라마단(Ramadan)** : 이슬람력 9월로 단식을 근행하는 달.

**라일라툴 까드르(Lailatul Qadr)** : 권능의 밤으로 이 밤에 성꾸란이 최초로 계시되었고 하나님께서는 이 밤을 천개월보다 더 낫다고 말씀하셨다.

**무함마드(Muhammad)** : 하나님께서 인류에게 보내신 마지막 예언자이자 사도이다. 그는 570년에 메카에서 태어나 나이 마흔 살에 천사 가브리엘을 통해 하나님으로부터 최초의 계시를 받아 이슬람을 전세계로 전파하셨다.

**무슬림(Muslim)** : 이슬람교 신도를 뜻하며 하나님께 복종하는 사람.

**순나(Sunnah)** : 예언자 무함마드(그분에게 평화가 깃들기를)의 전통으로 그분의 삶과 언행의 모범으로써 무슬림들을 위한 두 번째의 권위적 지침이다.

**쌀라(Salah)** : 예배. 예배는 하루에 다섯 번 규칙적으로 행해야 하는 모든 무슬림의 의무로 무슬림과 하나님과의 연결 고리이다.

**씨얌(Siyam)** : 라마단 달의 단식. 1년에 한 번 라마단 달 동안 단식한다. 성인인 모든 무슬림들이 행해야 할 의무이다. 새벽의 여명으

로부터 일몰까지 단식한다. 어떤 음식이나 음료도 금하며 성적 관계도 금지된다. 단식은 무슬림들로 하여금 자제심을 기르고, 동정심을 갖게 하며, 몸과 마음을 정화시켜, 사회적 기능을 강화시키는 데 도움을 준다.

**알라(Allah)** : 아랍어로 하나님. 무슬림들은 오직 한 분이신 유일신 하나님을 믿으며 그분은 그 무엇과도 비교할 수 없는 절대자로서 그분에게는 부모나 아내, 자식도 없다는 사실을 굳게 믿는다. 그분은 태어난 적이 없고 결코 죽지 않으신 분이시다. ‘알라’라는 말은 ‘하나님’을 뜻하는 아랍어로 아랍권의 기독교인들과 유대인들이 사용하는 것과 똑같은 말이다.

**이둘 피뜨르(Edul-Fitr)** : 이슬람력의 10번째 달의 첫째 날을 ‘이둘 피뜨르’라고 한다. 이둘 피뜨르는 무슬림들이 충실하게 단식을 준수한 결과로써 전능하신 하나님으로부터 약속된 위대한 보상이 단식을 행한 모든 무슬림들에게 주어지는 은총과 축복의 날이다.

**이슬람(Islam)** : 아랍어로 ‘이슬람’이란 하나님에 대한 복종과 평화를 뜻하며, 그분의 인도에 헌신함으로써 자신의 평화와 하나님께서 창조하신 창조물과 평화를 함께 함을 뜻한다. 서양에서 부르는 ‘마호메트교’나 동양에서 쓰는 ‘회교(回教)’라는 종교명은 그릇된 호칭이다.

**이프파르(Iftar)** : 단식을 깨고 먹는 저녁 식사.

**싸후르(Sahoor)** : 새벽 예배 전에 먹는 아침 식사.

**자카(Zakah)** : 무슬림들이 ‘궁핍한 사람에게 특정 양의 재물을 회사하는 것’을 말한다. 이슬람에서 모든 것은 하나님의 것이다. 자카란 정화와 성장을 뜻한다. 자카는 의무적 회사금으로 자발적인 회사금과는 다르다. 자카는 년 단위로 행해진다. 그것은 그들의 부를 정화시켜준다. 모금된 기금은 가난한 자들, 고아들, 그리고 사회에서 궁핍한 자들에게 지급된다. 자카는 집, 자동차, 그리고 직업적 도구

들을 제외하고 축적된 재산의 2.5%를 희사하는 것이다.

**자카톨 피뜨르(Zakatul-Fitr)** : 단식자의 불순한 언행을 정화시켜 주고 가난한 이웃과 축제의 기쁨을 같이 하기 위한 특별 희사금이다.

**카아바(Ka'bah)** : 카아바는 사우디아라비아의 메카 하람 성원내에 있는데 이 건물은 원래 아담에 의해 건립되었고, 예언자 아브라함에 의해 재건되었다. 하나님께서는 아브라함에게 모든 사람들이 이곳을 순례하도록 명령하셨다. 카아바는 경배의 장소일뿐 그 자체가 경배의 대상은 아니다. 모든 무슬림들은 예배를 드릴 때 카아바로 향한다.

**하디스(Hadith)** : 예언자 무함마드(그분에게 평화와 깃들기를)가 일생에 걸쳐 이슬람을 선교하는 동안에 보여주었던 그의 언행 및 사례들을 수록 편찬한 '언행록'을 말한다. 꾸란은 순수한 하나님의 말씀이 담긴 성서이고, 하디스는 꾸란에 대한 해설서로 볼 수 있다. 따라서 꾸란의 뜻과 교훈을 완전히 이해함에 있어서 하디스의 연구는 필수 불가결한 것으로써 하디스의 도움 없이는 꾸란을 완전히 이해하지 못한다 해도 과언이 아니다.

**히즈라(Hijrah)** : 서기 622년에 하나님께서는 예언자 무함마드(그분에게 평화와 깃들기를)와 추종자들에게 메카를 떠나 메디나로 이주하도록 명령하셨다. 이로써 메디나 성전(이주)과 이슬람력(히즈라)이 생기게 되었다.



## MASJID GUIDANCE

### 이슬람 성원 연락처 안내

성원	주소	전화
서울중앙성원	서울시 용산구 한남동 732-21	(02) 793-6908
부산성원	부산시 금정구 남산동 30-1	(051) 518-9991
광주성원	경기도 광주시 역동 48-9	(031) 761-3424
전주성원	전북 전주시 덕진구 인후동 2가 1567-10	(063) 243-1483
안양성원	경기도 안양시 만안구 안양5동 618-132	(031) 444-7757
안산성원	경기도 안산시 단원구 원곡동 741-5	(031) 492-1948
부평성원	인천광역시 부평구 십정동 574-19	(032) 512-2612
파주성원	경기도 파주시 월롱면 영태리 421-9	(031) 946-2110
대구센터	대구광역시 달서구 죽전동 202-6	(053) 523-2171
광주센터	광주광역시 북구 양산동 284-13	(062) 972-5136
포천센터	경기도 포천시 소흘읍 송우리 107	(031) 542-4696
동암센터	인천광역시 부평구 십정1동 279-9	(032) 422-8966
마천-거여센터	서울시 송파구 거여동 186-26	
대전 이슬람 센터	대전시 유성구 궁동 404-9, 2층	010-2651-7860
알-후다 이슬람 센터	인천광역시 부평구 십정동 91-8	(032) 433-8966
김포 이슬람 센터	경기도 김포시 통진읍 고정리 566	010-8684-4736
제주센터	제주 제주시 노형동 939 정한오피스텔 1208호	(064) 712-1215

이슬람 문고 시리즈 ④

---

## **라마단과 단식** RAMADAN & FASTING

---

초판 발행일 2008년 9월  
발행처 한국이슬람교중앙회  
서울시 용산구 한남동 732-21  
Tel : 793-6908, 794-7307  
Fax : 798-9782  
Homepage : <http://www.koreaislam.org>

المملكة العربية السعودية - الرياض  
المكتب التعاوني للدعوة والإرشاد وتوعية الجاليات بالربوة  
٢٠٠٩م - ١٤٣٠هـ

## ﴿ رمضان و الصوم ﴾

« باللغة الكورية »

اتحاد المسلمين الكوريين

حقوق الطبع والنشر لعموم المسلمين